

令和元年 10月献立表

ミルクたんぽぽ園

月	火	水	木	金	土	
	1日 アクアパツァ風 サラダ スープ パン 牛乳 おにぎり	2日 ピーマンの炒め物 蓮根の酢の物 味噌汁 ご飯 牛乳 ごまラスク	3日 ミートドリア サラダ スープ 果物 牛乳 かりかりいりこ	4日 じゃがいものそぼろ煮 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 桜えびクッキー	5日 うどん おにぎり 出し巻き卵 牛乳 チーズ	
7日	鯖の塩焼き 春雨のきんぴら 味噌汁 ご飯 牛乳 お好み焼き風せんべい	8日 餃子 焼飯 スープ 果物 牛乳 レモンのたまごぼうろ	9日 ナゲット サラダ スープ パン フルーツ豆乳 お誕生日ケーキ	10日 こった煮 和え物 味噌汁 炊き込みご飯 牛乳 肉まん	11日 十三夜献立 炒り豆腐 豆芋 味噌汁 栗ご飯 牛乳 フルーツヨーグルト	12日 お好み焼き おにぎり 味噌汁 牛乳 クッキー
14日 体育の日	15日 中華丼 和え物 具だくさんスープ 果物 牛乳 みたらし団子	16日 煮魚 白和え 味噌汁 手作りふりかけ ご飯 牛乳 野菜ドーナツ	17日 焼きコロッケ サラダ スープ ご飯 牛乳 人参ポンデケージョ	18日 鯖の竜田揚げ きのこのマリネ 味噌汁 ご飯 牛乳 サクサク渦巻パイ	19日 親子ふれあい運動会	
21日	さんまの塩焼き 南瓜の煮物 沢煮椀 ご飯 牛乳 どんぐりパン	22日 即位退位の日	23日 ピピンバ 中華サラダ スープ 果物 牛乳 きなこ棒	24日 鶏と大豆の揚げ煮 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 フルーツサンド	25日 がんもどき 人参と南瓜の胡麻和え 味噌汁 ご飯 牛乳 芋羊羹	26日 焼きそば 味噌汁 おにぎり 牛乳 バナナ
28日	野菜炒め 酢の物 味噌汁 ご飯 牛乳 バナナ	29日 鮭のちゃんちゃん焼き 和え物 すまし汁 ご飯 牛乳 ゼリー	30日 じゃがいもとひき肉のオムレツ サラダ スープ パン 牛乳 おにぎり	31日 ハロウィン献立 キーマカレー サラダ 果物 牛乳 スイートポテト		

※都合によりメニューが変更になる場合があります。

10月11日 ☆十三夜☆ 後の月、栗名月、豆名月と呼ばれ、月見の風習がある。団子、大豆や、栗を中心とした秋の農作物、果物をお供えする。

10月31日☆ハロウィン☆ 子どもが魔女やゾンビなどに変装して、トリック オア トリート「お菓子をくれなきゃイタズラするぞ」といってお菓子をもらいに回る。

10月☆旬の食材☆ 里芋、さつまいも、かぼちゃ、きのこ、蓮根、栗、りんご、梨、柿、鮭

